



ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

Remessa: 07/2026 CARDÁPIO PADRÃO (fixar em local visível) Período de 06/04 à 01/05/2026

DIAS SEMANAS		SEGUNDA-FEIRA DIA: 06/04	TERÇA-FEIRA DIA: 07/04	QUARTA-FEIRA DIA: 08/04	QUINTA FEIRA DIA: 09/04	SEXTA-FEIRA DIA: 10/04
SEM 01	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Macarrão parafuso ao sugo (molho de tomate) Carne moída refogada com temperos e mix de legumes Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Leite com café Pão caseiro com margarina Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz carreteiro ou Arroz branco Carne em cubos ao molho com temperos Salada de pepino japonês e tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada com frango ou carne moída e legumes Suco de uva integral sem açúcar Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Feijoada saudável (feijão preto com carne suína e temperos) Arroz branco Salada de repolho com cenoura ralada Laranja fatiada
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 13/04	TERÇA-FEIRA DIA: 14/04	QUARTA-FEIRA DIA: 15/04	QUINTA FEIRA DIA: 16/04	SEXTA-FEIRA DIA: 17/04
SEM 02	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Farofa de legumes com carne moída e ovos Salada de alface 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Carne moída ao molho de tomate, milho, ervilha e temperos Salada beterraba Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango assada Salada de tomate E brócolis Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Biscoito salgado integral Iogurte de frutas Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Carne bovina em cubos ao molho com temperos Purê de batata Salada de repolho com cenoura Melancia
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 20/04	TERÇA-FEIRA DIA: 21/04	QUARTA-FEIRA DIA: 22/04	QUINTA FEIRA DIA: 23/04	SEXTA-FEIRA DIA: 24/04
SEM 03	Lanche M: 9:00 T: 15:00	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	<ul style="list-style-type: none"> Sanduíche de carne moída (pão de lanche ou caseirinho da AF e carne moída ao molho) Chá mate natural ou chá de erva doce Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Feijão preto Arroz Branco Quibe de forma assado ou bolo de carne (ou carne moída refogadinha) Salada de pepino japonês com tomate Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Coxa e sobrecoxa de frango ao molho Mandioca cozida Ou Arroz branco com escondidinho de mandioca com recheio de frango Salada de repolho e cenoura Melancia
		SEGUNDA-FEIRA DIA: 27/04	TERÇA-FEIRA DIA: 28/04	QUARTA-FEIRA DIA: 29/04	QUINTA FEIRA DIA: 30/04	SEXTA-FEIRA DIA: 01/05
SEM 04	Lanche M: 9:00 T: 15:00	<ul style="list-style-type: none"> Feijão carioca Arroz Branco Carne moída refogada com cheiro verde e temperos Salada de alface com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> Bolo caseiro (laranja) Chá de erva Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz branco Carne em cubos na pressão com temperos OU strogonoff fake Batata rústica (s/ casca) assada Salada de vagem e salada de cenoura Laranja fatiada 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta cremosa Coxa/sobrecoxa de frango ao molho de tomate, milho ervilha e temperos Salada mista de repolho (verde e roxo) Maçã 	



ESCOLAS MUNICIPAIS DE TRÊS BARRAS DO PARANÁ FAIXA ETÁRIA: PRÉ ESCOLA (4 e 5 ANOS) E ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 ANOS)

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA RT: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606

OBS: *Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade. Frutas e hortaliças poderão ter inversão de dia ofertado devido a ponto de maturação, mas terão a oferta na semana.*

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
<i>Semana 01</i>	<i>358</i>	<i>50,4</i>	<i>16,8</i>	<i>9,9</i>
<i>Semana 02</i>	<i>342</i>	<i>50,7</i>	<i>13,3</i>	<i>9,6</i>
<i>Semana 03</i>	<i>349</i>	<i>51,2</i>	<i>15,0</i>	<i>9,4</i>
<i>Semana 04</i>	<i>342</i>	<i>50,0</i>	<i>13,6</i>	<i>9,7</i>
<i>Referências FNDE/PNAE: 20% das Necessidades diárias</i>	<i>329</i>	<i>45-53</i>	<i>8-12</i>	<i>9-13</i>

Simone R. B. Brandini